

Poznaj swoje prawa

Rodzę Mam prawa

Fundacja Rodzic po Ludzku

CO TO SĄ STANDARDY OPIEKI OKOŁOPORODOWEJ?

Są zawarte w Rozporządzeniu Ministra Zdrowia z 2012 r.



Są oparte na nowoczesnych procedurach.



Mają na celu poprawić opiekę nad mamą i dzieckiem.



Obowiązują wszystkie polskie placówki.

Jasno określają procedury postępowania w ciąży i w porodzie fizjologicznym, w potęgu oraz w opiece nad noworodkiem.

TWOJE PRAWA W CIĄŻY



W Standardach Opieki Okołoporodowej znajdziesz wykaz badań i konsultacji, które powinnaś odbyć w ciąży.



Przygotuj plan porodu. To dokument, w którym opisziesz swoje oczekiwania i potrzeby odnośnie do porodu.

Jak chcę tagodzić ból?
Z kim chcę rodzić?
Jakie pozycje preferuję?
Na czym mi najbardziej zależy podczas porodu?



Powinny być dołączone do Twojej dokumentacji medycznej.



Według prawa możesz rodzić w każdym szpitalu w Polsce, ale również w domu narodzić lub w domu.*



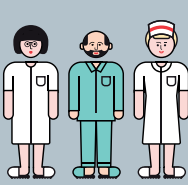
Możesz wybrać, czy prowadzisz ciążę u lekarza, czy położnej.*

*Prowadzenie ciąży u położnej nie jest w Polsce objęte powszechnym ubezpieczeniem.

*Poród domowy nie jest w Polsce objęty powszechnym ubezpieczeniem.

PERSONEL MEDYCZNY

Szanuje Twoją prywatność i poczucie intymności.



Wita Cię osobiście, przedstawia się i wyjaśnia swoją rolę w opiece nad Tobą.

Rzetelnie Cię informuje.



Wspólnie omawiacie plan porodu.

Jeśli będzie konieczne przekazanie opieki nad Tobą innej osobie, lekarz lub położna informują Cię o tym fakcie.



Rozmawiacie o możliwych sposobach tagodzenia bólu.

Dostosowuje opiekę do Twoich indywidualnych potrzeb i Twojej aktualnej sytuacji zdrowotnej.

TWOJE PRAWA PO PORODZIE - KARMIEŃ PIERŚCIĄ



Jeszcze w szpitalu podejmij próby karmienia dziecka nawet do kilkunastu razy na dobę. Niech karmienie z każdej piersi trwa ok. 15 minut. Nie martw się, że to jest zbyt często i zbyt długo.



Jeśli Twoje dziecko jest śpiącym, wybudzaj je ze snu na karmienie co 3 lub 4 godziny.



Personel medyczny absolutnie nie może podawać dziecku karmionemu piersią do picia wody, roztworu glukozy ani dokarmiać sztucznym mlekiem. Jest to uzasadnione tylko przy wyraźnych wskazaniach medycznych!

Personel medyczny powinien Ci pomóc i służyć wiedzą medyczną.



Jeszcze w szpitalu powinnaś otrzymać informacje o tym, dlaczego karmienie naturalne jest ważne i zdrowe, oraz wskazówki odnośnie do metod karmienia.

PODSTAWOWE INFORMACJE

Co to jest „poród fizjologiczny”?
To poród, który rozpoczął się naturalnie i o czasie oraz przebiegał bez komplikacji. Potocznie nazywany jest „porodem naturalnym”.



Kim może być „osoba bliska”?
To każda osoba wskazana przez Ciebie.



Kiedy można naruszać fizjologiczny przebieg ciąży i porodu?
Położna i lekarz mogą ingerować w naturalny proces ciąży, porodu oraz karmienia piersią, tylko jeśli istnieje medyczne uzasadnienie.



Kim jest „osoba sprawująca opiekę”?
Położna lub lekarz położnik. To osoba odpowiedzialna za opiekę nad Tobą.

TWOJE PRAWA PODCZAS PORODU

Jesteś w centrum uwagi.



Jesteś aktywna.



Jesteś rzetelnie informowana.



Każdorazowo wyrażasz zgodę lub odmowę na zabiegi medyczne.



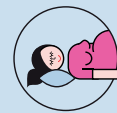
Świadomie decydujesz.



Mówisz o swoich potrzebach.



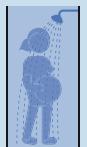
Przyjmij wygodne dla siebie pozycje.



Próbuj się relaksować i głęboko oddychać.



Poproś o masaż, jeśli tego potrzebujesz.



Skorzystaj z kąpeli lub prysznica.



Bądź swobodna.



Pij, kiedy potrzebujesz.



Przyj, jak czujesz.



Możesz prosić o ochronę kroczka.

TWOJE PRAWA PO PORODZIE - KONTAKT „CIAŁO DO CIAŁA”

To ten wyjątkowy i niepowtarzalny moment, w którym od razu po porodzie przytulacie się z dzieckiem do siebie.



Wczesny kontakt „skóra do skóry” sprzyja prawidłowemu rozpoczęciu karmienia piersią.

Według prawa ma trwać co najmniej 2 godziny. Nie 5 minut ani nie 10. Pamiętaj, aż 2 godziny nieprzerwanego tulenia i poznawania się!



Nagie ciało dziecka przytula się do Twojego nagiego ciała.*



*Dzięki temu skóra dziecka kolonizowana jest bezpieczną dla niego florą bakteryjną, która chroni go przed szpitalnymi infekcjami.

Według prawa mierzenie i ważenie dziecka mogą zacząć, a ocenę w skali Apgar można przeprowadzić, nie zdejmując dziecka z brzucha. Zadbaj o to, by Wasz pierwszy, wspólny czas był niezakłócony!

OPIEKA POŁOŻNEJ PO PORODZIE

Położna powinna odwiedzić Cię w domu nie mniej niż 4 razy. Pierwszej wizyty spodziewaj się w ciągu 48 godzin od otrzymania przez przychodnię zgłoszenia urodzenia dziecka.



Położną będziesz mogła zapytać o nurtujące Cię kwestie związane z pielęgnacją noworodka.

Wspiera naturalne karmienie, prowadzi instruktaż, koryguje nieprawidłowości, Pomaga rozwiązać problemy.



Wsparcie położnej może Ci pomóc łagodnie przejść przez potęg. Korzystaj z niego.

Ta strona pomoże Ci opracować plan porodu:

<http://www.rodzicpoludzku.pl/Plan-Porodu>